

CARTA ETICA ANDERLINI

STAFF



CARTA ETICA
ANDERLINI



**ETHICS
4 SPORTS**



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

SOMMARIO

PAGINA 4	Prefazione
PAGINA 6	RISPETTA
PAGINA 18	ASCOLTA E COMUNICA
PAGINA 28	COLLABORA
PAGINA 34	ORGANIZZA E AGISCI
PAGINA 46	ACCETTA E ACCOGLI
PAGINA 52	APPARTIENI

In un'epoca di grandi cambiamenti sociali, economici e tecnologici, quali l'arrivo della comunicazione digitale, il conseguente cambio delle modalità lavorative, l'affermazione di differenti tipologie della struttura familiare, il crescente confronto con nuove etnie, culture e identità, hanno rimesso al centro vecchi e nuovi bisogni. Emerge la necessità di ripartire da valori condivisi che regolino la libertà di ognuno e consentano a tutti di vivere in equilibrio.

Seppur la Scuola di Pallavolo non sia lo specchio dei macro problemi globali è comunque, per chi vi appartiene, uno spaccato di vita reale dove bisogni, relazioni, modalità comunicative sono cambiate. A questi cambiamenti è importante adattarsi partendo da una base comune di valori e di principi condivisi. Forse è stato proprio questo il motivo dell'interesse che ha suscitato la Carta Etica Anderlini (CEA) negli ultimi anni.

La CEA non ha la pretesa di risolvere i problemi o di dettare regolamenti e legislazioni, etichettando i colpevoli. La CEA, costruita e sviluppata in forma di ragionamento educativo-psicologico, vuole costituire una sorta di sigillo di raggiunta maturità della Scuola di Pallavolo Anderlini, una dimostrazione della sua capacità di impegnarsi in un percorso difficile ma possibile. La Scuola di Pallavolo Anderlini vuole essere parte di quella comunità che si impegna a rispettare e a condividere valori, non rappresenta la perfezione ma si espone affinché possa migliorare nel suo Essere.

La CEA è un'Autoregolamentazione, è un insieme di principi e di obblighi scelti e stabiliti dai soggetti direttamente interessati, i quali autonomamente si impegnano a rispettarli. È espressione di qualità e di eccellenza morale in ciò che si sta facendo. L'assunzione della Carta Etica può aiutare i singoli soggetti, le squadre e le società sportive a riflettere sui significati, i principi, i valori fondamentali ai quali ispirarsi, per orientare al meglio il comportamento di ognuno. La CEA vuole favorire la maturazione, all'interno della Scuola di Pallavolo Anderlini, di una autentica comunità sportiva, costituita da un gruppo allargato di persone disposte ad impegnarsi, a collaborare consensualmente, ad investire tempo ed energie per raggiungere obiettivi comuni, ma all'interno di una chiara e condivisa prospettiva etica. Si propone di rafforzare e rinsaldare

l'identità di questa Società Sportiva, attraverso una riflessione e un confronto collettivo sui valori fondanti, valori che devono necessariamente essere frutto di scelte ponderate e meditata adesione da parte di tutti gli attori coinvolti nell'agire sportivo. La Carta non solo intende aprire orizzonti di vedute più ampie e luminose, ma vuole favorire l'interiorizzazione delle possibili ragioni del fare sport. Mira a coinvolgere chi si occupa di sport per renderlo protagonista delle sue scelte e responsabilizzarlo per le sue azioni.

L'obiettivo finale è la crescita e la maturazione di sportivi (ma anche e soprattutto di persone) responsabili, qualunque ruolo essi ricoprano. L'evoluzione è percorribile attraverso l'acquisizione di un pensiero sempre più flessibile che permette un confronto positivo anche nella difficoltà.

La CEA viene adottata come documento ufficiale, ma aperto ad eventuali modifiche proprio per sua stessa natura, dalla Scuola di Pallavolo Anderlini nell'anno sportivo 2013-2014.

Dal 2013 ad oggi, all'interno del nostro contesto, i comportamenti non congrui ai principi etici sono stati molti e probabilmente altrettanti si verificheranno negli anni a venire. Tuttavia, nonostante le difficoltà, la CEA ha destato molta attenzione da parte dei media, delle autorità e di tutto il mondo pallavolistico. In particolar modo la CEA ha permesso alla Scuola di Pallavolo Anderlini di diventare partner di Ethics4 Sport (E4S), progetto della Comunità Europea della durata di almeno 3 anni. E4S è un progetto che si pone come obiettivo la costituzione di un documento etico capace di accorpare tutti i bisogni, i principi e i valori di alcuni Paesi europei. All'interno del progetto, alla luce del concetto di co-costruzione di una possibile Carta Etica Europea, si sta lavorando sulla creazione di una App capace di raccogliere dati sulle situazioni positive e negative, sui valori rispettati o non rispettati, sui comportamenti adottati o non adottati, che accadono nei vari sport. La raccolta dei dati dovrebbe permettere di avere un campione molto ampio, e quindi attendibile, per decidere e scegliere i principi e i valori di cui si sente maggiormente il bisogno al fine di creare un ambiente sportivo ricco di benessere. Grazie alla raccolta dati sarà anche possibile individuare i cambiamenti e quindi riadattare la Carta Etica nel tempo.

Al nostro interno tutto questo movimento ha permesso di poter spostare risorse su questi concetti e quindi di mantenere vivo il pensiero, l'attenzione e la partecipazione su argomenti che non vanno mai dati per scontato, soprattutto quando le diversità si uniscono.

Claudia Fiorini



CARTA ETICA
ANDERLINI

Staff

RISPETTA





GEFF
VOLLEYBALL

CANOVI

GEFF
VOLLEYBALL

7

CANOVI
COPEPURE srl

CERNICHE

MOMA



power



*Agisci in modo da considerare l'umanità, sia nella tua persona,
sia nella persona di ogni altro, sempre anche come scopo,
e mai come semplice mezzo.*

Immanuel Kant

Kant, filosofo tedesco, meglio di ogni altro ha reso l'idea del concetto di "DIGNITÀ DELLA PERSONA" (o "dignitas"). Egli, non a caso, è riconosciuto come uno straordinario pensatore a cui si devono, in gran parte, le teorie moderne a fondamento del riconoscimento universale dei diritti umani (il cui rispetto Kant fa coincidere proprio con la tutela della dignità umana). Per il filosofo tedesco "l'umanità è essa stessa dignità [...] l'uomo considerato come persona è al di sopra di ogni prezzo", ossia non può mai essere considerato come un "mezzo" (né per fini altrui né per fini propri!). La dignità dell'uomo, dunque, consiste in un "valore intrinseco assoluto" che impone a tutti gli altri esseri ragionevoli (ossia umani) il rispetto sia della propria persona che della persona altrui (con cui ci si deve misurare alla pari). "Il

Kant dice: l'uomo considerato come persona è al di sopra di ogni prezzo...

.....

.....

.....

.....

rispetto che ho per gli altri – scrive Kant – è il riconoscimento della dignità che è negli altri”. *Disprezzare gli altri, pertanto, è negare il rispetto dovuto in generale a qualsiasi uomo.*

Per il filosofo tedesco, infatti, il dovere di ogni essere umano è – non solo rispettare la dignità altrui – ma anche rispettare (e far rispettare) la propria dignità. Una storica, sia pur recente, sentenza del Consiglio di Stato francese (27 ottobre 1995) afferma giurisprudenzialmente per la prima volta come:

1. un essere umano non può (nemmeno “volutamente”!) rinunciare alla propria dignità
2. nessuna persona può “disprezzare” la dignità di un altro essere umano!

L'essere umano è, dunque, degno perché è fine in se stesso, con il conseguente divieto assoluto di ogni sua strumentalizzazione, tenuto conto che la dignità non ha prezzo, non è comprabile, né vendibile. Da tale premessa il filosofo del diritto Scarpelli ha tratto due ulteriori principi, cioè quello di tolleranza (il rispetto della libertà dell'altro) e il principio del non danneggiare il prossimo (il rispetto dell'integrità dell'altro). Se la dignità è tutto ciò, ne consegue che essa richiede rispetto: rispetto di sé (risvolto interno) e rispetto dell'altro (risvolto esterno). *Il rispetto, inteso come tutela della dignità, diventa un diritto civile del soggetto umano, che ne è titolare, ma, nel contempo, si pone anche come un dovere giuridico, in base al quale ogni soggetto umano deve trattare l'altro in modo che ognuno possa conservare la propria dignità. Si può concludere che la dignità umana è un valore, un principio etico, un diritto e un dovere giuridico.* Per precisare va detto che il dovere di tutela della dignità di ogni essere umano è il Dovere, il più forte tra tutti.

Troppo spesso anche in ambienti sportivi osserviamo comportamenti offensivi, aggressivi e pericolosi che mirano a ledere e umiliare la dignità dell'avversario, dell'arbitro o di chiunque possa in un qualche modo opporsi al risultato sportivo.

Tutti abbiamo un'anima (o una coscienza o uno spirito o una spiritualità o una dignità...) che ci contraddistingue come uomini, come esseri pensanti al vertice del processo evolutivo.

Tale coscienza non basta solo possederla, però: occorrerebbe anche che





ognuno si impegnasse, nel proprio ambito, per “farla emergere” e darle un significato che vada oltre lo sport.

Le regole, le norme e i modelli di comportamento rappresentano dei facilitatori affinché si possa scegliere e trovare un ambiente sano e sicuro garante della propria e altrui dignità. Scegliere lo sport, la società sportiva, la scuola, il posto di lavoro significa:

1. scegliere un luogo nel quale trascorrere il proprio tempo con determinati obiettivi unitamente alla garanzia del rispetto della propria e dell'altrui persona
2. entrare in quel sistema ed essere noi stessi garanti della nostra e altrui dignità.

L'obiettivo di ogni disciplina sportiva non è soltanto quello di incrementare le capacità tecniche e motorie degli atleti ma anche quello di favorire l'apprendimento di norme, regole e modelli di comportamento che saranno sperimentati in modo costante sia in allenamento che in gara. In questo modo lo sport facilita l'acquisizione di quelli che sono i principi basilari del vivere in società, cioè il rispetto di leggi e di codici prestabiliti per il bene della collettività.

Nessun individuo, all'interno dell'ambiente sociale, è libero di fare ciò che

Le regole sono garanzie del rispetto della propria e dell'altrui persona.

.....

.....

.....

.....

vuole e di contravvenire ai limiti stabiliti perché questo significa andare incontro a restrizioni (e a sanzioni) della libertà personale.

In questo senso allenatore e staff sono un punto di riferimento per il giovane, al di fuori della propria famiglia: sono modello di comportamento, di coerenza e di rispetto delle regole, esplicite e non. Insegnare che l'accettazione ed il rispetto di queste norme sono fondamentali per il raggiungimento dei risultati sportivi, significa dare punti di ancoraggio ai giovani e motivarli a rispettare questi limiti per imparare, vincere, sognare e perché no, diventare campioni senza trovare scorciatoie o vie di fuga.

Occorre quindi focalizzare l'importanza sulla persona oltre che sull'atleta, evitando generalizzazioni che esulano dalla situazione contingente. In questo senso la legge è uguale per tutti anche di fronte ad una partita particolarmente importante, anche quando un atleta è ritenuto indispensabile può essere lasciato in panchina per non aver rispettato una regola. Questa decisione può portare ad una duplice considerazione: essere causa probabile di un eventuale sconfitta ma sicuramente "portatrice" di un messaggio di lealtà, di imparzialità e di rispetto per sé e gli altri.

In tale direzione l'adulto è colui che, nell'imparzialità, fa rispettare le regole, ma soprattutto è colui che, con il proprio comportamento, si offre come esempio. Raccomandare la "precisione" e non arrivare mai puntuali, predicare rispetto per l'arbitro e protestare irrispettosamente se commette un errore, pretendere educazione e denigrare continuamente i propri atleti sono tutti esempi di comportamenti che offrono informazioni altamente incoerenti. In questi casi il messaggio più penetrante è dato dall'atteggiamento piuttosto che dalle parole.

Un ambiente garante della dignità della persona è un ambiente che genera fidelizzazione, è un ambiente che crea senso di appartenenza e disponibilità al lavoro (leggasi anche sacrificio), sviluppa un legame di attaccamento sicuro, fondamentale nella crescita di un ragazzo.

Le regole sono utili per relazionarci con l'altro e avere consapevolezza delle possibili conseguenze delle proprie azioni. L'uomo è essere pensante, unico e specifico, e osserva il mondo coi suoi filtri soggettivi, appresi dall'esperienza e dal contesto educativo nel quale è inserito. La diversità è ricchezza ma allo





stesso tempo può essere motivo di incomprensioni e discussioni. La regola, il principio e i valori ci aiutano a trovare una strada comune rispettosa delle diverse soggettività.

Ad esempio, rispettare un ragazzo nelle sue fasi di crescita e nelle situazioni specifiche significa considerare anche la sua soggettiva percezione dell'evento, dell'infortunio, del sovraccarico e della sua specifica età. La voglia di allenarsi (o di giocare) e la vitalità non dipendono unicamente dal rapporto attività/riposo o dalla disponibilità fisiologica di energia, ma è strettamente legata anche ai meccanismi dell'autodeterminazione. Questi meccanismi sono positivi se permettono il mantenimento o l'incremento della vitalità e della motivazione oppure negativi se non soddisfano i bisogni dell'individuo e determinano l'esaurimento, anche in assenza di un particolare sforzo erogato. L'autodeterminazione dipende dalla percezione che il soggetto ha rispetto agli eventi ed è maggiore quando l'atleta percepisce che:

- certi risultati dipendono dal proprio comportamento piuttosto che da fattori esterni;
- questi comportamenti sono originati da scelte autonome;
- sente di agire in maniera efficace sull'ambiente;
- è soddisfatto del rapporto con l'altro.

Ovviamente, ogni atleta ha una diversa capacità di autodeterminazione,

Ogni essere è unico e specifico con una diversa percezione degli eventi.

.....

.....

.....

.....

di sopportazione del dolore, di tolleranza di situazioni ansiogene e diversi tempi di recupero. Sono tutti elementi soggettivi che vanno tenuti in considerazione cercando di trovare un equilibrio tra le esigenze dell'atleta, la sua motivazione, la sua autostima e la sua tolleranza al dolore o a emozioni negative. Non esistono protocolli di recupero uguali per tutti e per questo è necessario ascoltare i pareri dei professionisti di riferimento unitamente alle paure e alle esigenze dell'atleta e, a volte, anche dei genitori. I miglioramenti tecnici si ottengono prevalentemente in momenti in cui vi è la condizione ideale, sia per la mente che per il corpo, per cui è necessario pensare al futuro dell'atleta-persona, indipendentemente dal suo livello sportivo, piuttosto che non al risultato della singola partita.

Il rispetto della persona e dell'altro nella loro unicità creano rapporti forti, ed è noto come il rendimento di uno sportivo sia migliore quando il suo rapporto di fiducia e di stima nei confronti di chi lo allena è alto. Questa relazione, infatti, aumenta il livello di autodeterminazione dell'atleta e di perseveranza nello sport. Un legame basato sulla fiducia implica che l'adulto diventi un vero e proprio punto di riferimento per il giovane, portandolo ad una condivisione totale degli obiettivi e delle scelte.

I ragazzi, nel loro percorso di crescita e di acquisizione di nuove capacità logiche e di pensiero, spesso, discutono sui temi più disparati che evidenziano conflitti ed emozioni negative rispetto ad episodi accaduti. L'adulto può rispondere a questa situazione in modo autoritario o al contrario permissivo, al fine di risolvere immediatamente la questione o lo scontro. In ambo i casi, la dinamica si svolge su un piano di forza/debolezza in cui l'adulto esce sempre vincitore sul giovane non lasciando spazio all'espressione dei suoi pensieri, delle sue emozioni o dei suoi dubbi in quanto persona. In realtà l'adulto di riferimento dovrebbe assumere un ruolo di mediatore del conflitto: ascoltare attivamente, prendere seriamente in esame le opinioni del ragazzo, evidenziare e capire i possibili bisogni dell'altra parte in causa e cercare insieme al ragazzo una soluzione efficace evitando giudizi e contrapposizioni.

Una nota speciale in merito al tema del rispetto deve essere necessariamente rivolta alla figura arbitrale. L'arbitro ricopre un ruolo centrale nel



nostro sport: senza arbitro non si gioca. L'arbitro è colui che fa rispettare il regolamento e permette il "normale" svolgimento di una partita di pallavolo. Allo stesso tempo l'arbitro è un essere umano e come tale può sbagliare, può andare in ansia, può arrabbiarsi o può non comprendere ed interpretare correttamente la situazione. Come per gli atleti anche gli arbitri compiono un percorso di apprendimento per acquisire esperienza, destrezza, controllo e capacità. Le qualità arbitrali migliorano relativamente al livello. È possibile, pertanto, trovare a livello giovanile persone che iniziano ad arbitrare e che, come per i piccoli atleti, possono compiere più errori e gestire con più difficoltà l'emotività. Quindi l'arbitro è una persona come noi, come i nostri figli o lo staff, che mette a disposizione le sue conoscenze, il suo tempo per assumere un ruolo. Ne consegue che anche nell'errore, l'arbitro è comunque meritevole di rispetto e dignità.

Analogamente, gli avversari hanno il nostro stesso obiettivo: provare a vincere la partita cercando di esprimere al massimo il proprio potenziale. Questo scopo, proprio di ogni squadra, è il movente che porta alla partecipazione a campionati e tornei. Se nessuno avesse interesse a confrontarsi per osservare i propri miglioramenti, per vincere, per crescere, nessuno avvertirebbe la necessità di giocare oltre il puro e semplice allenamento. *L'avversario può essere l'ostacolo al raggiungimento del nostro obiettivo e per questo può minare il nostro equilibrio emotivo. È necessario mantenere il rispetto degli avversari, in quanto sono persone come Noi, unite in*

Senza arbitro non c'è partita.

.....

.....

.....

.....





un contesto societario, che desiderano raggiungere un traguardo alla Nostra stregua, nella consapevolezza che senza di Loro non sarebbe possibile svolgere competizioni.

In questa cornice il concetto di avversario esula da quello di nemico. I suddetti termini possono apparire sinonimi, ma hanno “sfumature” e caratteristiche molto differenti.

Durante una competizione il campo e gli occupanti sono “sotto i riflettori”, sono al centro degli sguardi di decine o migliaia di persone tra amici, familiari e tifosi avversari. Il comportamento degli occupanti influisce sul comportamento di chi li guarda competere; maggiore è la correttezza e il rispetto in campo dei vari attori, maggiore è la correttezza tra le fazioni del pubblico. Qualora il pubblico assuma comportamenti scorretti, di protesta o maleducazione, gli occupanti dovrebbero unirsi per *difendere la propria dignità mantenendo ancora più rispetto dei ruoli e delle persone, non alimentando l'emozione esplosiva del pubblico.*

Più in generale ogni organizzazione, entità o associazione, in particolare sportiva, si dovrebbe assumere la responsabilità sociale dei propri comportamenti e dei propri valori, per cui è necessario porre attenzione non solo agli aspetti tecnici ma anche a quelli gestionali poiché, con il nostro comportamento, influenziamo l'ambiente di riferimento nella prospettiva della

I nostri comportamenti creano conseguenze

.....

.....

.....

.....

socializzazione e delle funzioni educative.

È quindi più che mai necessario assumere un comportamento sociale coerente e responsabile, in particolare, in un contesto giovanile dove i giovani devono crescere socialmente, psicologicamente e culturalmente, imparando a riflettere su un sistema di valori. In aggiunta a ciò, se consideriamo l'osservazione e l'imitazione tra le forme più elementari e "primitive" di apprendimento, è abbastanza semplice capire quanto possa diventare importante il proprio comportamento in termini di esempio e quindi di crescita per i ragazzi. Ricordiamo che il valore della pratica sportiva è ampiamente riconosciuto in funzione della costruzione dell'identità personale (Ciairano, 2008; Manzi e Gozzoli, 2009). Ognuno di Noi, indipendentemente dal proprio ruolo, deve aver chiaro che *il proprio comportamento produce effetti a breve e a lungo termine su noi stessi, sul gruppo di appartenenza e sull'altro, diventando modello da seguire e imitare in circostanze analoghe.*





CARTA ETICA
ANDERLINI

Staff

ASCOLTA E COMUNICA







Ogni comportamento è comunicazione: è impossibile non comunicare! È noto a tutti che la comunicazione non è solo quella verbale ma è anche tutto ciò che esprimiamo attraverso gesti, movimenti corporei, turni impliciti di regolazione della comunicazione e silenzi. È attraverso una comunicazione sana ed un'interazione costante con le figure di riferimento che i bambini e i ragazzi possono crescere con la percezione di essere “creature amabili” e degne di fiducia. Al contrario, un contesto ricco di comunicazioni negative e confuse può creare personalità disturbate e bambini con poca autostima, controllo o risorse.

Nel periodo adolescenziale i processi comunicativi hanno già strutturato sufficientemente la personalità del ragazzo in termini di capacità, risorse, fiducia in sé stesso e di apprendimento di modalità di relazione con l'altro. In ogni caso l'adolescente, anche quello che ha potuto godere di comunicazioni/relazioni gratificanti e soddisfacenti nell'infanzia, può essere, al presente, particolarmente sensibile ai contenuti che vengono espressi nella comunicazione con gli adulti. Infatti, non avendo ancora ultimato il processo di formazione della loro personalità, i ragazzi sono permeabili e vulnerabili sia a messaggi di stima o amore che a quelli di disprezzo o sfiducia.

È impossibile non comunicare: il nostro non verbale invia continui messaggi.

.....

.....

.....

.....

Il contesto sportivo è, insieme alla scuola, un primo contatto con l'esterno al fine di raggiungere la propria autonomia. Per i ragazzi, alcune figure all'interno di queste agenzie educative, diventano veri e propri punti di riferimento che consentono loro di prendere consapevolezza delle proprie caratteristiche e delle proprie capacità, di individuarsi e di connotarsi come persone uniche ed irripetibili, di confermare oppure no il proprio concetto di sé, i propri valori e le proprie convinzioni.

Cosa ci insegna tutto questo?

Semplicemente che occorre mantenere una comunicazione verbale coerente con la comunicazione non verbale: chiedere rispetto delle regole e dei principi è possibile solo se anche il nostro comportamento è in linea con la richiesta.

È importante rielaborare insieme ai ragazzi ciò che succede intorno a loro per evitare che possano dare interpretazioni errate o distorte a quanto succede. Ovvio che non è necessario renderli partecipi di ogni processo decisionale ma è importante cercare di dare sempre ai ragazzi un significato all'agire, alla vittoria, alla sconfitta o alla punizione.

Quando si rimprovera un individuo, non bisogna attaccare il valore in quanto essere umano. E' imprescindibile scindere l'individuo come persona dal suo comportamento: l'individuo va bene, il suo comportamento no. Si deve esporre chiaramente la disapprovazione sul comportamento, non sulla persona.

Nel fare ciò è necessario utilizzare un linguaggio e modalità di interazione che rimangano vincolati alla situazione specifica e non generalizzino sulla persona. Ad esempio, nella frase "mi hai deluso", anche se detta per scherzo, non evidenziamo solo la disapprovazione e il biasimo per l'azione compiuta ma inviamo anche un messaggio fortemente svalutativo nei confronti della persona. Questo è un evidente errore di comunicazione che su un adolescente può avere un impatto significativo. Inoltre, se nell'immediato diamo sfogo alla nostra rabbia e svalutiamo la personalità dell'atleta, è facile comprendere che le conseguenze a lungo termine andranno ad interferire





con la relazione allenatore-atleta e conseguentemente con la prestazione, allontanandoci in questo modo anche dall'obiettivo crescita tecnico-tattica e vittoria.

Le critiche diventano costruttive nel momento in cui sono chiare e precise, sono rivolte ad un comportamento e non alla persona, e sono ben motivate. Perlopiù possono essere arricchite dalla descrizione della critica e dei sentimenti stessi che si provano durante il rimprovero: esempio “quando tu fai questa cosa, io mi sento così”. L'ideale sarebbe riuscire ad offrire sempre un'alternativa di comportamento come: “tu hai le capacità per fare così”.

Spesso la comunicazione più difficile è quella che abbiamo nei momenti in cui ci sono conflitti. A tal proposito ricordiamo che l'adolescente tende ad avere maggiori situazioni di conflittualità perché bisognoso di individuarsi ed affermarsi come persona autonoma rispetto alla figura adulta. L'adolescente può vivere il conflitto come una lotta di potere e desidera uscirne vincitore mentre l'adulto dovrebbe avere maggiori capacità di negoziazione e di autocontrollo in modo da non interpretare lo scontro come un pericolo, ma al contrario, come una situazione comunicativa di confronto e di bisogni differenti. Sarebbe opportuno riuscire a non rispondere sull'onda delle proprie emozioni. Evitare di urlare, sbraitare o abusare del proprio ruolo attraverso un linguaggio autoritario e offensivo rappresenta già di per sé un possibile punto di partenza per attivare una buona comunicazione. La capa-

Si critica il comportamento non si demolisce la persona!

.....

.....

.....

.....

cità di rapportarsi agli altri nei momenti di difficoltà crea empatia e rispetto generando negli interlocutori pensieri del tipo: “so che posso fidarmi di te”, “so che posso essere ascoltato e preso in considerazione”.

In generale quando ci sentiamo aggrediti proviamo un'emozione di rabbia che immediatamente ci attiva da un punto di vista fisiologico e ci prepara a proteggerci dall'attacco dell'altro. Il modo in cui ci proteggiamo può essere di due forme: di attacco verbale o fisico oppure di evitamento e quindi rimaniamo in silenzio ed evitando di entrare in contatto con l'altro.

Anche l'evitamento è una forma di relazione che non aiuta l'adolescente a rielaborare i significati. Spesso l'allenatore silenzioso che non parla ai ragazzi o non elabora i conflitti e le incomprensioni trasmette comunque dei messaggi come: “non sei degno di ascolto”, “non sei abbastanza importante per essere ascoltato”, “non mi interessa di te”. L'adolescente potrebbe leggere questa non relazione anche come: “so di aver ragione”.

A tal proposito forse un esempio ci può essere molto esemplificativo del concetto appena espresso: un nostro atleta arriva e ci dice “ho una cosa importante da dirti”; l'allenatore risponde “dimmi” ma parallelamente non solleva lo sguardo dal cellulare che in quel momento sta utilizzando. In questa occasione sicuramente l'atteggiamento non verbale di evitamento è molto più significativo della parola “dimmi”. Se provassimo ad immedesimarci nel giovane atleta ci accorgeremo che, nella sua “testa”, non possono esserci pensieri positivi. Se la situazione diviene più complessa e l'allenatore evita il confronto attraverso il silenzio è possibile desumere i mille pensieri non rielaborati e distorti che il ragazzo può produrre.

È facile dedurre che sarebbe preferibile comunicare le scelte, le decisioni, chiarire dubbi coi ragazzi, eventualmente anche con la famiglia, e sapere ascoltare le esigenze di ognuno senza giudicare.

È importante ribadire che non è sufficiente una comunicazione non verbale coerente (leggasi comportamento) per riuscire a far comprendere all'altro le nostre intenzioni, i nostri dubbi o le nostre aspettative. È necessario (soprattutto coi ragazzi che stanno affrontando un percorso di crescita tecnico-





tattico e personale) accompagnare il messaggio non verbale con la forza e il contenuto di quello verbale. Tutto ciò esiste non per giustificarsi di fronte a scelte ma per sottolineare e motivare la coerenza o la correttezza di alcuni comportamenti. Il ruolo educativo impone di pensare prima all'altro, comprenderlo, riflettere sulle conseguenze emotive e facilitare la comunicazione.

Autenticità e trasparenza, sincerità e coerenza sono espressione di un atteggiamento accettante e congruente che fa sentire l'adolescente una persona di valore, indipendentemente dal suo bagaglio tecnico-tattico. È compito di ogni componente dello staff, per ciò che compete al proprio ruolo, esplicitare e condividere qualsiasi scelta importante con il diretto interessato e chiarire nel caso vi siano dubbi o fraintendimenti. *Spesso, con i più giovani, è necessario il coinvolgimento della famiglia per esplicitare meglio le eventuali problematiche.* Lo staff ha la responsabilità sociale e morale di ascoltare e prendere in considerazione le motivazioni del ragazzo e della famiglia. Non si acquista valore solo attraverso la vittoria ma anche attraverso l'ascolto ed il riconoscimento delle ragioni dell'altro. *Tale ascolto è importante per trovare una possibile negoziazione che soddisfi entrambi. Un eventuale disaccordo non compromette necessariamente la relazione affettiva, anzi, in alcuni casi la rafforza. Un ascolto attento e sincero dei pensieri altrui è già un importante riconoscimento dell'esistenza della persona in quanto tale.*

Uno strumento efficace nella crescita dei ragazzi e nella creazione di una buona autostima è utilizzare una comunicazione positiva e proattiva. Ri-

Sapere ascoltare rispettosamente rafforza la relazione

.....

.....

.....

.....

marcare un errore, etichettare una persona per un suo deficit o difficoltà non aiuta né a trovare un modo alternativo di essere ed apparire, né a costruire ipotesi di riuscita, ma crea solo rappresentazioni di fallimento.

Insegnare all'atleta a sviluppare idee positive è utile per raggiungere obiettivi, sviluppare capacità e gestire adeguatamente le emozioni anche nei momenti più difficili.

Comunicare attraverso un linguaggio positivo aiuta a sviluppare nel ragazzo, prima nelle specifiche situazioni poi in generale, sentimenti di adeguatezza al compito, percezioni di potenza rispetto all'esecuzione dello stesso, senza minimizzare la prestazione. Inoltre questa tipologia di linguaggio mette in evidenza gli obiettivi da raggiungere. Una comunicazione negativa, al contrario, ostacola la prestazione stimolando immagini ed emozioni negative, innescando il meccanismo della "profezia" che si auto-avvera.

Oltre a ciò il ragazzo impara a gestire le situazioni con pensieri negativi, disfunzionali rispetto alla richiesta dell'ambiente. La comunicazione negativa crea un circolo vizioso di incertezze e di dubbi dal quale difficilmente si riesce ad uscire con soluzioni e strategie nuove in quanto l'attenzione del soggetto si sposta sempre più sugli elementi che confermano la negatività ("vedi che sono un disastro", "non sono capace di far niente, perdo sempre", etc.).

Nel lungo termine l'utilizzo di comunicazioni e pensieri negativi sono responsabili di ansia, insicurezze, evitamenti, difficoltà di gestione di momenti emotivamente forti e ricerca costante di feedback.

In altre parole, se caliamo questi concetti nella nostra realtà, comunicare negativamente al nostro atleta: "mi raccomando, non sbagliare la battuta!" cosa succede nella sua testa?

1. L'affermazione genera uno stato di ansia nell'atleta che sente di non avere abbastanza risorse o risorse certe per superare l'ostacolo;
2. l'atleta impara a gestire la situazione con questo pensiero e non con soluzioni e strategie alternative;





3. la performance è influenzata negativamente in quanto si innescano schemi motori negativi cioè di errore nel compito.

All'opposto dare indicazioni, obiettivi e comunicazioni positive come, ad esempio, “mi raccomando braccio teso e tira forte in zona 5”, cosa succede?

1. L'atleta si immagina nella esecuzione del gesto corretto;
2. L'atleta impara a gestire la situazione dandosi degli obiettivi raggiungibili e positivi;
3. l'atleta pone attenzione al gesto tecnico ed alla sua esecuzione e non al risultato.

In conclusione, si può riassumere che, una comunicazione positiva con i ragazzi, *debba includere un linguaggio positivo orientato alla soluzione a non rimarcare gli errori*. Nel contempo è opportuno che tale linguaggio ricerchi strategie e valorizzi le capacità del singolo alimentando nel soggetto un pensiero positivo ed una comunicazione con se stessi (self talk) sempre volta alla soluzione. In tale direzione si costruisce autostima e percezione di autoefficacia.

Inutile ribadire l'importanza del verbale con il non verbale affinché la comunicazione sia efficace, ricordando che il non verbale, nel caso vengano dati messaggi discordanti, assume un valore più potente. Un esempio chiarifica-

Strategie per vedere il bicchiere mezzo pieno... comunico positivo!

.....

.....

.....

.....

tore del concetto: mentre ho la sigaretta in bocca osservo al mio atleta: “non fumare che fa male alla salute”; in questo caso il comportamento “fumare” trasmette un messaggio più forte rispetto al verbale non fumare ed il soggetto diventa esempio di comportamento incoerente e negativo.

Un altro ambito dove spesso possiamo risultare incoerenti o fraintesi è la comunicazione attraverso i social. Nonostante le emoticon siano rappresentative del non verbale, spesso la comunicazione attraverso i social (messaggi o mezzi vocali) mancano di rinforzi non verbali e in situazioni complesse, può creare problemi lasciando adito a molteplici interpretazioni. È necessario esplicitare e comunicare ai propri atleti e ai rispettivi genitori, se opportuno, che cosa si intenda per comunicazione completa. Senza “scomodarsi” su riferimenti riguardanti la struttura dell’evoluzione umana della comunicazione, possiamo affermare che questa, nella sua completezza, accoglie aspetti verbali, non verbali e paralinguistici. Per informare, arricchire e rendere potenti i concetti, evitando incomprensioni, la comunicazione si avvale anche della gestualità, della mimica facciale, del tono della voce.





CARTA ETICA
ANDERLINI

Staff

COLLABORA







Michael Jordan, negli anni Novanta, afferma “Talent wins games, but teamwork wins championships”, ovvero il talento di un atleta permette di vincere le partite ma il lavoro di squadra fa vincere i campionati. Il lavoro di squadra non è solo ciò che si fa quotidianamente in palestra ma riguarda i modi e le condizioni in cui i componenti di una squadra operano. I membri di una squadra possono coinvolgere, di volta in volta, una serie di processi di lavoro quali:

- i flussi comunicativi;
- la ricerca di coordinamento tra i membri di una squadra;
- la definizione di regole e codici di condotta a cui attenersi;
- l'assegnazione di ruoli o responsabilità precise;
- il grado di interdipendenza tra questi compiti;
- la scelta di strategie condivise per reagire o adattarsi a cambiamenti e richieste improvvise.

Entrando nello specifico, un team è un *“insieme di più persone interdipendenti rispetto al raggiungimento di certi obiettivi per i quali sono mutualmente responsabili. Essi si riconoscono come elementi di un team e vengono*

Le persone di un gruppo sono tutte legate tra di loro per responsabilità e obiettivi.

.....

.....

.....

.....

percepiti come tali da un terzo “esterno”. Da questa definizione emergono diversi aspetti:

1. l'assegnazione di un obiettivo deve essere comune a tutti i membri. All'interno della nostra società sportiva ognuno di Noi pensa facilmente alla propria squadra ma in realtà il concetto di team si può allargare fino a considerare l'intera società. È fondamentale, per poter raggiungere livelli di performance attesi, condividere un obiettivo (sovrascopo comune) e definirlo nei suoi punti (es. Diffusione CEA);
2. vi devono essere tutte le competenze necessarie per il raggiungimento dell'output desiderato. Inoltre, essendo tutte le parti interdipendenti, i membri del team avranno necessità sia un coordinamento interno e sia di comunicazione. La responsabilità dovrebbe essere equamente suddivisa di fronte al successo come nella sconfitta;
3. *ogni membro è di per sé unico e distinto per impegno e competenza, ma la sua efficacia dipende dal senso di appartenenza e di riconoscimento nella squadra nonché dal suo atteggiamento collaborativo.* In altre parole la propria squadra è inserita in un contesto più ampio, all'interno del quale il senso di appartenenza e di coesione favoriscono il raggiungimento di performance migliori. La coesione si concretizza quando tutti gli elementi dello staff si percepiscono e si valutano in maniera simile o identica. Questa percezione di appartenenza, soprattutto nelle squadre giovanili, aumenta la coesione tra gli atleti sul piano interpersonale e la qualità dei loro rapporti. Nella stessa misura, il concetto vale anche per gli adulti di riferimento i quali, aumentando la condivisione e la collaborazione tra le parti, percepiscono un maggior livello di soddisfazione che, inevitabilmente, si riflette sull'ambiente e sulla qualità del proprio lavoro. Tutto ciò promuove, nel giovane e negli adulti, la motivazione allo sport e al suo insegnamento oltre a favorire maggior impegno, sforzo e disponibilità a sacrificare interessi personali per il successo della squadra.

Nel lavoro di gruppo, a volte, è necessario accettare un punto di vista altrui, non sempre condiviso completamente da tutti. La fiducia nella professionalità e nella correttezza della società per la quale lavoriamo o per il collega di lavoro ci permette, talvolta, di accettare condizioni, regole o comportamenti





che possono anche farci contrariare o preoccupare. La mediazione e l' accettazione di differenti punti di vista implicano:

1. consapevolezza di non detenere la verità assoluta
2. ascolto attivo e partecipe per condividere differenti punti di vista
3. individuazione del sovrascopo comune
4. individuazione della strategia migliore nel momento specifico ed eventuale individuazione di passi secondari in caso di difficoltà o fallimento.

Il questo modo, i vari punti di vista non sono il “mio” o il “tuo” punto di vista ma sono ciò che si ritiene più opportuno ed efficace nel momento specifico, con la possibilità di cambiare nuovamente strada nel caso le conseguenze non siano in linea con le aspettative.

L'altro può avere un punto di vista differente!

.....

.....

.....

.....





CARTA ETICA
ANDERLINI

Staff

ORGANIZZAZIONE E AGISCI







Essere leader di un gruppo significa detenere organizzare la quotidianità e assumersi la responsabilità del proprio agire, in vista del raggiungimento del sovrascopo comune.

Assumersi la responsabilità di un'azione significa essere consapevole delle conseguenze che essa comporta. In questo pensiero vi è il concetto di libertà in quanto è possibile scegliere come comportarsi per raggiungere i propri fini attraverso mezzi adeguati. La libertà implica l'accettazione anche di costrizioni, impedimenti o regole così come l'utilizzo dei mezzi per obiettivi importanti.

Esempi di elusione della propria responsabilità sono la mancanza di riconoscimento di un proprio errore, il nascondersi dietro responsabilità collettive o il favorire il meccanismo perverso del "capro espiatorio".

Purtroppo la diffusione di responsabilità, cioè l'agire in gruppo, implica, spesso, un aumento dell'indifferenza e conseguentemente una diminuzione della responsabilità individuale.

Chi vuole essere leader deve imparare anche ad assumersi responsabilità
nell'errore

Spesso questi tipi di comportamento diventano a loro volta esempi da imitare e generano una deresponsabilizzazione di fronte ai vari eventi accaduti: “se non mettono a posto loro perché devo farlo io”, “se non lo richiama il genitore perché devo richiamarlo io”.

Il problema nasce quando ci troviamo in un contesto in cui è necessaria una massima condivisione e soprattutto quando interagiamo con giovani “leve”, ed in particolare in una comunità sportiva che pratica sport di gruppo.

Riassumendo: il rispetto ha un valore deontologico ed implica assumersi la responsabilità di fare una scelta. Essere responsabili non è solo educare o conoscere un insieme di variabili culturali, ma è *anche agire positivo, aderendo ad un sistema di valori. La responsabilità di agire è attenzione per l'altro e per le possibili conseguenze che un nostro comportamento potrebbe generare. Le conseguenze devono essere definite non solo in termini di risultato ma di sofferenza, autostima, di autoefficacia e crescita della persona.*

A volte sarebbe sufficiente chiedersi “e se fossi io al suo posto?”, “a me farebbe piacere trovare tutto in disordine?”, “e se venissi trattato così io come mi sentirei?”.

“Non fare agli altri ciò che non vorresti venisse fatto a te”. Seguire questo insegnamento è già una forma di rispetto evoluta che implica attenzione all'altro e assunzione di responsabilità del proprio comportamento.

Se pretendiamo rispetto per i Nostri figli, è indispensabile diventare i primi sostenitori di un comportamento empatico e attento a questi valori, perché solo se riconosco l'altro come persona degna di valore, a sua volta l'altro, sarà in grado di rispettare la mia persona.

Come più volte è stato ripetuto, l'ambito sportivo permette di gareggiare dando libera espressione al proprio desiderio di competere, di primeggiare, di gareggiare e di misurarsi con l'altro e con sè stessi, attraverso uno stile comportamentale leale, rispettoso del prossimo e delle leggi. Quindi, una libera espressione del proprio spirito competitivo, inserito all'interno di confini etici, favorisce convivenza pacifica, accettazione reciproca e solidarietà.





Emerge, pertanto, quanto e come il concetto di responsabilità sia intriso di tutte le sfaccettature del rispetto analizzato prima. Tuttavia, la parola responsabilità coinvolge sia l'adesione ai principi del rispetto quanto l'assumersi la responsabilità di agire e scegliere come traguardare determinati obiettivi.

Ogni allenatore o dirigente, all'inizio della sua professione o dell'annata sportiva, si dovrebbe porre una serie di domande che facciano chiarezza su:

1. gli obiettivi individuali e condivisi
2. la strada scelta per raggiungere gli obiettivi definiti
3. le persone e loro bisogni/aspettative coinvolte nel progetto.

Nel lavorare coi giovani, anche di alto livello, occorre tener presente quanto la nostra professionalità (leggasi anche atteggiamento professionale a seconda degli attori coinvolti) sia da esempio per questi ragazzi che incominciano, attraverso di Noi, a fare le loro prime esperienze importanti sul campo. Fondamentale per raggiungere un obiettivo prefissato attraverso l'impegno e il lavoro condiviso, riducendo la casualità, è il prepararsi gli allenamenti, strutturare la seduta o la settimana in maniera ordinata. Il prepararsi gli allenamenti, strutturare la seduta o la settimana in maniera ordinata, è per i ragazzi un riferimento e un apprendimento di come poter migliorare o

organizzare il lavoro e porsi degli obiettivi condivisi con il gruppo...

.....

.....

.....

.....

raggiungere un obiettivo prefissato attraverso l'impegno e il lavoro condiviso, "comprimendo" al massimo l'elemento accidentale. L'impegno personale, educativo e professionale di un allenatore/dirigente può e deve in ogni caso essere intenso, a prescindere dalla dimensione pubblica di un evento sportivo e dalla visibilità esterna della sua squadra. Gli obiettivi di squadra, del singolo e della società dovrebbero essere tutti finalizzati al raggiungimento di uno scopo sovraordinato in modo che la direzione del lavoro converga verso un'unica meta. Nel caso questi obiettivi non si armonizzassero tra di loro, ciò potrebbe portare a collisioni e a situazioni di conflitto, oltre che a un mancato benessere. Per ovviare a questo, si possono condividere, con tutte le parti in causa, gli obiettivi senza lasciare nulla di implicito e scontato. È il caso di dire "siamo tutti sulla stessa barca". Le ricerche ci dimostrano che se le attese e le richieste del singolo atleta e del gruppo squadra sono allineate tra loro, allora si ha una percezione di soddisfazione e benessere che contribuisce ad un risultato finale superiore a quello atteso. In questo senso la professionalità degli adulti coinvolti dovrebbe essere rivolta ad allineare queste aspettative e obiettivi tra tutte le parti coinvolte. Altra ricerca ci dimostra come le dinamiche coach-atleti, che si instaurano nella squadra possono incidere in maniera significativa sia sugli aspetti tecnici-prestazionali che sugli aspetti di salute degli atleti e della squadra. In questo l'adulto deve dimostrare responsabilità e professionalità.

La professionalità è ciò che ci definisce nel nostro ruolo; è la condizione personale di chi svolge la propria attività con competenza, impegno e efficienza. Per essere considerati professionali è necessario assumersi la responsabilità di fare scelte, individuare obiettivi ed agire in conformità ad essi con tutti gli strumenti propri del mestiere. In particolare nel caso di un allenatore, significa saper creare, formarsi, organizzare, pianificare, comunicare, condire, motivare e far crescere i ragazzi tecnicamente.

Compito fondamentale identificativo di professionalità è il goal setting o pianificazione di obiettivi.

La pianificazione degli obiettivi è insito nel concetto stesso di metodologia dell'allenamento in quanto ogni allenatore è preparato a determinare traguardi di apprendimento, di perfezionamento, di recupero dall'infortunio e





di risultato sportivo (non esula da questo concetto anche il dirigente o qualsiasi altra figura inserita nel contesto sportivo seppur con obiettivi differenti più attinenti al proprio ruolo).

Comunemente si definiscono gli obiettivi stagionali per la propria squadra ma spesso l'atleta non è coinvolto nelle scelte delle mete che lui stesso dovrebbe raggiungere. In particolare piuttosto che a traguardi di miglioramento o di prestazione spesso vi è una focalizzazione sui risultati.

Il programma di pianificazione degli obiettivi (goal setting) nasce nel contesto lavorativo e delle organizzazioni e solo in un secondo momento il concetto è stato utilizzato anche in ambito sportivo per il suo ruolo motivante.

Per obiettivo si intende qualcosa che si vuole raggiungere od ottenere e, di questo qualcosa, il soggetto ne dovrebbe avere la piena consapevolezza. Ogni obiettivo è definito da due caratteristiche: la direzione e l'intensità. Questo significa che quando si definisce un obiettivo, si decide anche come dirigere la nostra azione e quanta energia e tempo impiegare per arrivare al risultato desiderato. La definizione di obiettivo si sovrappone, in parte, al concetto di motivazione in quanto direzione. Persistenza e intensità dei comportamenti sono gli aspetti salienti del processo motivazionale. Attraverso la definizione di obiettivi, l'atleta è in grado di sviluppare le strategie necessarie per raggiungere la meta finale e quindi incrementare la sua

Attraverso la definizione e la condivisione dell'obiettivo si tiene
alta la motivazione...

motivazione agonistica.

Capita spesso di vedere atleti che perseguono obiettivi confusi oppure irraggiungibili. Spesso i nostri atleti ci dicono “mi piacerebbe giocare in serie B o in serie A” oppure “per quest’anno vorrei vincere i Nazionali”. Ovviamente questi non sono obiettivi a lungo termine errati, ma come tali non sono esplicativi del percorso da compiere per arrivare ad essere o per poter vincere. In sostanza non dicono cosa è necessario fare, quale tipo di azione intraprendere e l’intensità da adottare per poter raggiungere il risultato. A maggior ragione un atleta giovane può non essere in grado di definire questi step e quindi diventa ancor più importante insegnargli ad auto-definirsi ed esplicitare obiettivi a brevissimo termine per poter arrivare a conquistare la meta.

La ricerca dimostra che ponendo obiettivi con precise caratteristiche, gli atleti riescono a migliorare significativamente la propria performance. A questo proposito, sintetizziamo le linee guida per l’applicazione del goal setting nello sport.

1. Gli obiettivi dovrebbero essere formulati in termini positivi, ovvero che cosa si vuole o si intende ottenere. Ricordiamo, inoltre, che i messaggi positivi sono meglio registrati dal nostro cervello e soprattutto sono più motivanti di quelli “negativi”. Evitare qualcosa, come ad esempio “il non dover perdere”, non assicura la ricerca della condizione opposta, anzi, solitamente il cervello pensa al perdere per poi evitare che ciò accada. Un semplice esempio: “non pensate al cavallo bianco”. Immediatamente il vostro cervello immaginerà un cavallo bianco e solo dopo aver realizzato l’informazione del non pensarci, riuscirà ad eliminare il pensiero, con più o meno efficacia.
2. Gli obiettivi dovrebbero essere responsabilità del soggetto che desidera raggiungerli: che cosa io posso fare per ottenere questo? Quello che io voglio ottenere dipende da me? Ne consegue che l’obiettivo dell’atleta va condiviso non può essere dettato dall’allenatore.
3. Gli obiettivi dovrebbero essere testabili e misurabili, cioè il più concreti ed oggettivi possibili. Come e da cosa specificamente saprò che l’ho ottenuto? E come lo sapranno gli altri?





4. Gli obiettivi dovrebbero essere mete stimolanti. Se un obiettivo è troppo facile l'atleta rischia di annoiarsi; se l'obiettivo è difficile possono subentrare emozioni di tristezza e rabbia associate ad un forte senso di frustrazione e inefficacia. Per cui è necessario capire ed accettare i propri limiti per poi porre traguardi vicine alle proprie possibilità.
5. Gli obiettivi dovrebbero essere a breve termine. Mentre gli obiettivi a lungo termine non incidono sulla motivazione e sull'acquisizione di specifiche abilità, le mete temporalmente più vicine sono quelle che permettono di raggiungere lo scopo lontano. Gli obiettivi "a breve" non dovrebbero superare le 4 settimane.
6. Gli obiettivi individuali sono più importanti ma non dovrebbero essere in contrasto con quelli di squadra. La cooperazione per uno scopo è molto potente e permette l'acquisizione di maggiori strategie di fronteggiamento quindi maggior senso di efficacia e di competenza.

Non a caso è stato lasciato per ultimo una caratteristica fondamentale che richiede una trattazione più approfondita:

Gli scopi di prestazione sono superiori rispetto a quelli di risultato in quanto dipendono in minima parte da variabili esterne e sono comportamenti specifici da raggiungere. Questo significa che mentre il risultato della partita è condizionato da un'infinità di variabili quali la qualità dell'avversario, la giornata, le condizioni fisiche, il campo, l'arbitro, i nostri compagni, la fortuna, il tempo e così via, la propria prestazione dipende dal raggiungimento

A livello giovanile sono più importanti gli obiettivi tecnici, tattici e comportamentali che non quelli di risultato.

.....

.....

.....





di comportamenti specifici. Questo non significa che la vittoria o il risultato non siano importanti e non siano da ricercare, ma suggerisce che mentre non è possibile essere completamente responsabili di vittorie o sconfitte, l'atleta ha la responsabilità assoluta delle proprie prestazioni. La capacità di porsi delle mete o degli obiettivi il più possibile controllabili, sia in partita che in allenamento può aumentare il senso di autoefficacia e fiducia in se stessi nonché, in generale la propria autostima.

Uno staff capace di riconoscere l'impegno di ciascuno dei componenti piuttosto che i risultati, di fare attenzione ai progressi e non necessariamente alle prestazioni assolute, di valorizzare il contributo di ciascun atleta e la collaborazione coi compagni, determinerà un clima motivazionale orientato al compito. Al contrario, quando il clima è orientato al risultato, significa che l'accento è posto sulla competizione: vi è il rimprovero per gli errori e per la prestazione scadente, una maggiore dedizione verso gli atleti migliori e spesso anche una forte rivalità all'interno del gruppo. *Nello sport, la ricerca ha evidenziato come la percezione degli atleti di un clima orientato su un compito si traduca in maggior soddisfazione, divertimento, minor tensione e relativi livelli di stress, maggior motivazione intrinseca, più convinzione che l'impegno sia correlato positivamente con il successo. Soprattutto in contesti giovanili si è osservato che un maggior orientamento al compito o alla prestazione è associato ad una minor disponibilità a comportamenti scorretti, più rispetto per avversari, arbitro e regole. Da ciò si deduce nuovamente come il ruolo dell'adulto sia correlato ad aspetti di etica sportiva. Al contra-*

valorizzare le capacità di ciascuno.

.....

.....

.....

.....

rio, l'agonismo esasperato mette al primo posto il risultato a discapito della persona, conferisce maggiore valore alla vittoria piuttosto che all'atleta, fa sì che il valore personale sia proporzionale al traguardo raggiunto.

Cosa significa quindi orientare ogni atleta ad un determinato compito?

Significa considerare la competenza di ognuno in relazione a sé stessi ed alle proprie capacità, osservare se l'atleta sta facendo del proprio meglio, porre l'obiettivo di apprendere nuove capacità e migliorare le prestazioni personali di ognuno, nel riconoscimento di pregi e limiti, indipendentemente dal risultato. In tale situazione è opportuno, inoltre, assegnare ad ogni atleta un ruolo all'interno del gruppo squadra e sottolineare la collaborazione con i compagni. In un contesto sportivo l'identificazione in un ruolo non avviene solo se si appartiene al sestetto (titolare), ma si può essere un leader negli spogliatoi, al di fuori del campo, un punto di riferimento per i compagni nelle difficoltà o un esempio di comportamento in situazioni particolari.

Queste sono qualità/doti che ai nostri atleti vanno riconosciute e rinforzate sia per valorizzare il processo di costruzione di identità dei ragazzi che per evidenziare il valore per il quale fanno sport. Ricordiamoci che lo sport allena anche la vita.





CARTA ETICA
ANDERLINI

Staff

ACCETTA E ACCOGLI







Accettare significa accogliere e interiorizzare una situazione (o altro) che può non avere una soluzione, che può non essere condivisa o che può essere percepita come sbagliata, ingiusta o negativa. Non accettare significa continuare a combattere contro qualcosa che nel tempo è impossibile cambiare: ciò richiede enormi sforzi, attenzione e dispendio di energie. Il non accettare mi impedisce di ridirigere le mie energie su altre soluzioni e strategie che mi permettano, comunque, di raggiungere i miei obiettivi.

Accettare non significa conformarsi, subire passivamente oppure adattarci pensando che non ci sia più nulla da fare per raggiungere qualunque obiettivo prima definito.

Accettare la realtà è agire verso qualcosa di costruttivo per uscire da ciò che ci rende frustrati, arrabbiati o infelici. Accettare significa percepirsi capaci di reindirizzare i nostri comportamenti verso obiettivi importanti. Accettare i differenti punti di vista, le diversità, i limiti dei propri atleti, i limiti della società significa osservare e accogliere per poi ripartire verso obiettivi ridefiniti.

Accettare significa tranquillità e benessere, non accettare significa rabbia e/o frustrazione.

Per non disperdere energie scegli le tue battaglie!

.....

.....

.....

.....

Per accettare bisogna aver chiari ruoli e responsabilità.

Il concetto di ruolo in sociologia definisce l'insieme dei modelli di comportamento attesi, degli obblighi e delle aspettative che convergono su un individuo che ricopre una determinata posizione sociale. Spesso è associato al concetto di status in quanto una determinata posizione sociale comporta sia degli obblighi (ruolo) che dei benefici (status). Ogni status (esempio la laurea in scienze motorie) comporta numerosi ruoli (preparatore atletico, allenatore, insegnante...) conformi alle aspettative e alle regole stabilite dalla società.

Conoscere e definire esplicitamente il ruolo di una persona ci permette di prevedere il comportamento degli altri e dare alle nostre azioni una forma conseguente.

All'interno di una società sportiva ogni ruolo è "intrecciato" con le altre figure professionali presenti.

Gli studi provenienti dal settore aziendale sottolineano che spesso i problemi del gruppo nascono dal modo in cui i membri interagiscono tra di loro, cioè dal modo di comunicare e di coordinarsi nonché dal tipo di clima instaurato e dalle modalità di mediazione e di consenso ricercato. Affinché tutti i collaboratori siano motivati nel loro compito per poter realizzare importanti progetti, è necessario che *i ruoli e gli obiettivi di lavoro siano chiari e definiti*:

- un obiettivo comune condiviso coordinato con gli obiettivi individuali per permettere una chiara visione di ciò che si sta cercando di ottenere, alla quale tutti i membri del gruppo riescano ad aderire;
- una metodologia di lavoro cioè un efficace e condiviso metodo di lavoro;
- una comunicazione adeguata e coerente che dimostri che tutti i membri del gruppo possano comprenderne i parametri entro cui lavorare;
- accettazione e flessibilità, cioè capacità di reazione di fronte a problematiche, preoccupazioni e suggerimenti;
- perseveranza;
- adesione a ciò in cui si crede;





- partecipazione.

Questi sono tutti aspetti che si definiscono nel tempo, attraverso la conoscenza dell'altro, le esperienze sul campo e le difficoltà. Può succedere che vi siano incomprensioni od ostacoli ma il team può rimanere unito e coerente nel raggiungimento del suo obiettivo se riesce a mantenere sempre il rispetto del ruolo e della persona che può aver sbagliato. Mostrare rispetto della persona, cercando di capire il problema e risolverlo con il diretto interessato, è un esempio di risoluzione delle difficoltà che si proietta all'esterno, ad esempio all'atleta o alla famiglia, illustrando loro strategie efficaci di risoluzione del conflitto. L'esperienza di gestione efficace del conflitto o del problema o della diversità ha una forte valenza educativa: permette di mantenere alta la motivazione, di condividere le proprie opinioni, ascoltarsi ed eventualmente facilitare la negoziazione.

Frasi come: "io avevo detto che bisognava fare così... non avete voluto fare come vi avevo detto...avevo ragione io..." sono frasi inutili e provocatorie, che scatenano nell'altro rabbia e percezione di incomprensione. Non è possibile sapere come sarebbe andata se si fosse scelta un'altra strada o soluzione differente. *Invece la scelta fatta, il più possibile condivisa da tutti i membri del gruppo, è quella che nel momento presente, per la situazione, le risorse, le possibilità e gli strumenti a disposizione nel qui ed ora, appare essere la più idonea per l'intero sistema e come tale deve essere accettata, con consape-*

Poniamo attenzione alla risoluzione dell'errore piuttosto che alla sua attribuzione.

volezza e partecipazione.

Da ciò si deduce che il concetto di accettazione è fortemente legato al concetto di accoglienza: ricevere qualcuno oppure una proposta, un'idea, un giudizio, una critica ed accogliere tutto ciò nella sua totalità, ovvero non subirne la presenza ma accettare la diversità e agire per mediare verso un equilibrio.

I passaggi ideali, finalizzati a raggiungere benessere ed equilibrio sono: ascolto attivo, accoglienza, accettazione e comunicazione assertiva tra le parti.





CARTA ETICA
ANDERLINI

Staff

APPARTIENI





3

4

MOMIA MOMIA MOMIA MOMIA MOMIA

mercato di polimeri
FANDERLINI

supported by the
European Commission
Erasmus+ Youth

CAS

ETHICS
& SPORTS

www.ethics4sports.eu

CAS

ETHICS
& SPORTS

#theBIGSIX

EUROPEAN
COMMISSION

Erasmus+ Youth

OLYMPIA

indomeccanica

SAMSUNG

BEAR

SIGMA

indomeccanica

GARC

JAGA

FB Ferrarini&Bertoli

ENERGIESCO

IN GROUP

RICOH

LIU-JO

SPORT

LIU-JO

SPORT

SPORT

SPORT

SPORT

SPORT

SPORT

SPORT

SPORT

SPORT

SPORT

SPORT

SPORT

SPORT

SPORT

SPORT

SPORT

SPORT

SPORT

SPORT

SPORT

SPORT

SPORT

SPORT

SPORT

SPORT

SPORT



Come è possibile motivare tutti i ragazzi ad imparare e dare loro la percezione di appartenenza al gruppo?

L'essere umano è motivato a fare qualcosa nel momento in cui le conseguenze di questo fare risultano piacevoli. Noi sperimentiamo comportamenti e azioni, se questi hanno conseguenze positive siamo motivati e ripetere il comportamento fino a generalizzarlo e darlo quasi per scontato indipendentemente dagli effetti emotivi legati allo stesso.

In psicologia non esiste la voglia o la non voglia ma esiste la motivazione o la non motivazione a raggiungere un determinato obiettivo. Questa motivazione dipende dalla piacevolezza del percorso fatto. Anche periodi di estremo sacrificio possono non essere sentiti come tali in quanto il benessere emotivo che può derivare dal raggiungimento dell'obiettivo stesso può essere al di sopra di ogni parte.

Oltre ad appagamenti individuali nel gruppo, l'individuo soddisfa altri bisogni interpersonali essenziali quali: l'accudimento, l'agonismo e la cooperazione.

Sperimenta la piacevole sensazione di appartenere a un gruppo.

.....

.....

.....

.....

La ricerca di relazioni interpersonali appaganti e durature all'interno di un contesto sociale più ampio, permette di sentirsi parte integrante di un tutto e contemporaneamente di mantenere la propria indipendenza e individualità. Ciò significa che quello che noi "vediamo" come un eccessivo impegno per i nostri figli può essere un piacere fuori e dentro il campo dove il ragazzo sperimenta competizione ma allo stesso tempo in un clima del tutto cooperativo e di aiuto e accudimento.

In questo la pallavolo e la Scuola di Pallavolo Anderlini nella sua struttura e forma hanno un grande potere.

La pallavolo è uno sport di squadra, cioè un gruppo di atleti che si confronta durante prestazioni competitive con un altro gruppo di atleti. Oltre al gruppo squadra, nella nostra realtà sono coinvolti altri gruppi a livelli differenti come ad esempio il gruppo genitori ed il gruppo tifosi.

Il gruppo è l'insieme delle persone che stanno nello stesso posto e nello stesso momento. Il gruppo diventa sociale nel momento in cui le persone del gruppo interagiscono tra di loro e sono interdipendenti, ovvero i bisogni e gli scopi di ognuno dipendono anche dall'altro. È chiaro quindi che i membri di una squadra si influenzano vicendevolmente per raggiungere insieme scopi comuni, come la vittoria.

Ovviamente per far sì che un gruppo si strutturi e diventi Squadra, sono necessarie delle norme sociali, cioè delle regole implicite (talvolta anche esplicite) di comportamenti, di valori e di credenze accettabili dal gruppo. Ad esempio sono tipiche del gruppo squadra le regole esplicite di come vestirsi oppure implicite come non rubare negli spogliatoi. Oltre alle regole all'interno del gruppo vi sono anche dei ruoli ben definiti: la posizione dell'allenatore è ben diversa da quella del giocatore. Sia le norme che i ruoli sono importantissimi perché definiscono che cosa posso aspettarmi dall'altro. In generale quando i membri del gruppo squadra hanno ruoli ben definiti tendono ad essere soddisfatti e ad offrire buone prestazioni.

Ma perché vi è l'esigenza di appartenere ad un gruppo? Nel passato evolutivo dell'uomo lo stabilire legami con altre persone ha rappresentato una necessità biologica per compensare fragilità e debolezza. Essere un animale





sociale ha permesso una caccia proficua, una difesa più sicura dei figli (leggi cuccioli), un continuo approvvigionamento di cibo... quindi il bisogno di appartenenza è innato e proprio di tutte le culture e società. I ragazzi sono la massima espressione di questo bisogno di appartenenza e soprattutto alla loro età è evidente un certo conformismo al gruppo: seguire una moda, fumare o bere più facilmente...

Il conformismo può essere definito come un cambiamento nel comportamento dovuto all'influenza, reale o immaginaria degli altri (Kiesler e Kiesler, 1969).

Il conformismo può dipendere da due aspetti:

1. Ci si uniforma al comportamento degli altri quando si è incerti sul da farsi o quando ci si trova in una situazione nuova o inattesa. Quindi il comportamento della gente intorno a noi ci suggerisce che cosa si deve fare, cioè si usa l'informazione esterna per decidere come comportarsi.
2. Ci si uniforma al comportamento degli altri per non apparire ridicoli o esclusi, in alcuni casi, vi è addirittura la paura di essere puniti per il fatto di essere diversi dagli altri. Quindi l'adesione incondizionata al comportamento altrui lo si fa per essere accettati ed evitare di essere rifiutati o poco considerati dagli altri membri del gruppo.

L'uomo è per natura un essere sociale.

.....

.....

.....

.....

Immaginiamo, analizzando un caso limite, che qualcuno si convinca che il mondo finirà presto. Costui potrebbe trovare qualche seguace che ha il suo stesso pensiero e così costituire un gruppo. Molto probabilmente questo gruppo sarà deriso dai non appartenenti e questo renderà il gruppo ancora più forte e coeso in cui tutti gli adepti aderiranno a norme, valori e comportamenti molto particolari, talvolta anche estremi (esempio le sette). Questo, ovviamente anche in forme meno estreme o pericolose, succede in tutti i gruppi sociali a cui apparteniamo, tra cui anche il gruppo squadra.

In questo esempio è chiaro come il conformismo possa spiegare il processo di consolidamento del gruppo ma il funzionamento di esso dipende anche da altri aspetti come: le capacità del leader, la capacità di risoluzione dei conflitti da parte del gruppo e dalla capacità dei membri di prendere soluzioni vantaggiose per esso.

Non è scontato dire che il gruppo assolve a tutte le funzioni sopra elencate se l'ambiente è sano e condiviso nei suoi obiettivi e principi. Da ciò ne deriva che essendo parte di un gruppo soddisfo i miei bisogni personali e parallelamente sarò veicolo di soddisfazione per gli altri.



Comitato Carta Etica Anderlini
Claudia Fiorini
Gualtiero Cicogni
Marco Neviani
Rodolfo Giovenzana
Federica Stradi

Seconda Edizione 2017
Foto di Fotomodena.it e Unsplash.com
Stampa Tipolitografia Montagnani

Un ringraziamento speciale a Ethics4Sports



ETHICS 4 SPORTS



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



CARTA ETICA
ANDERLINI

Staff



ETHICS
4 SPORTS



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

PROJECT PARTNERS



Sant Cugat Creix

